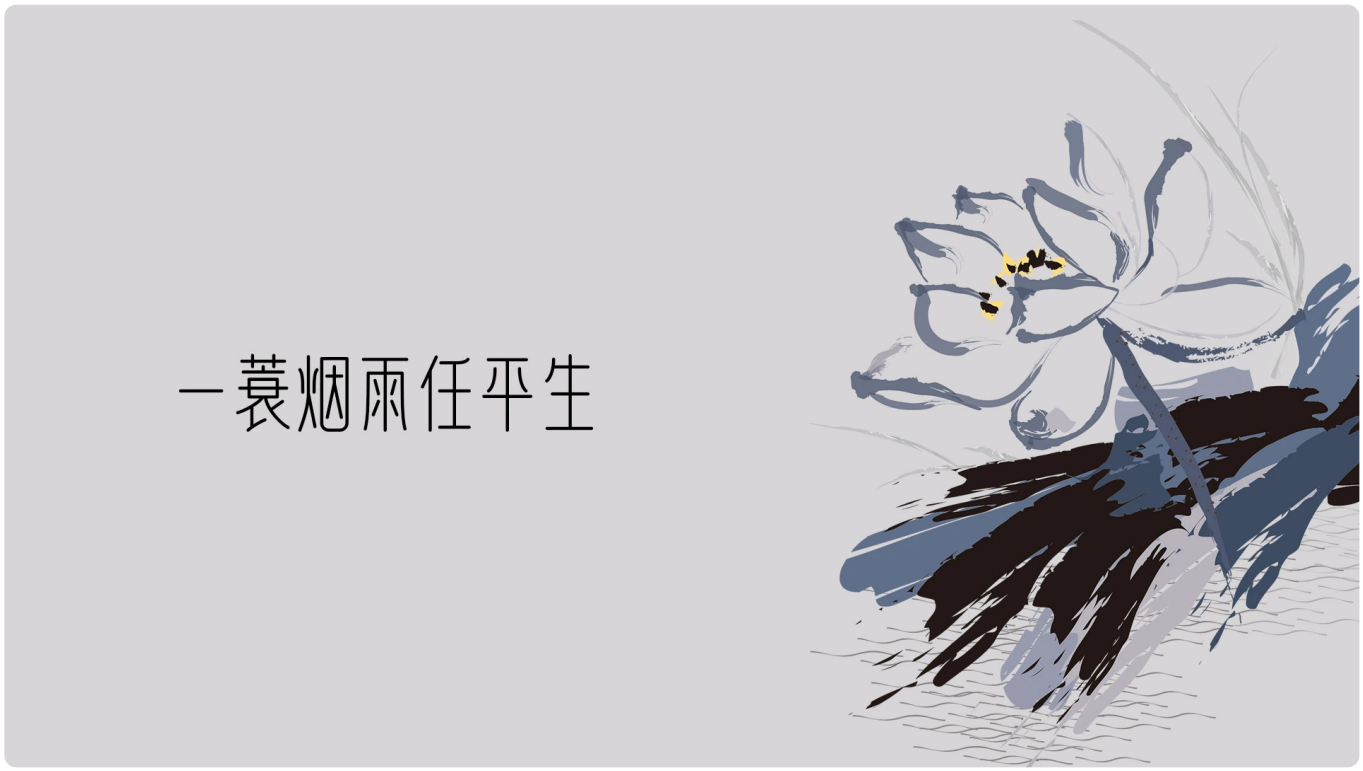
下载APP

18｜乐观豁达：黄州重生的苏轼

2021-07-30 王天博

《如何读懂一首诗》 课程介绍 >



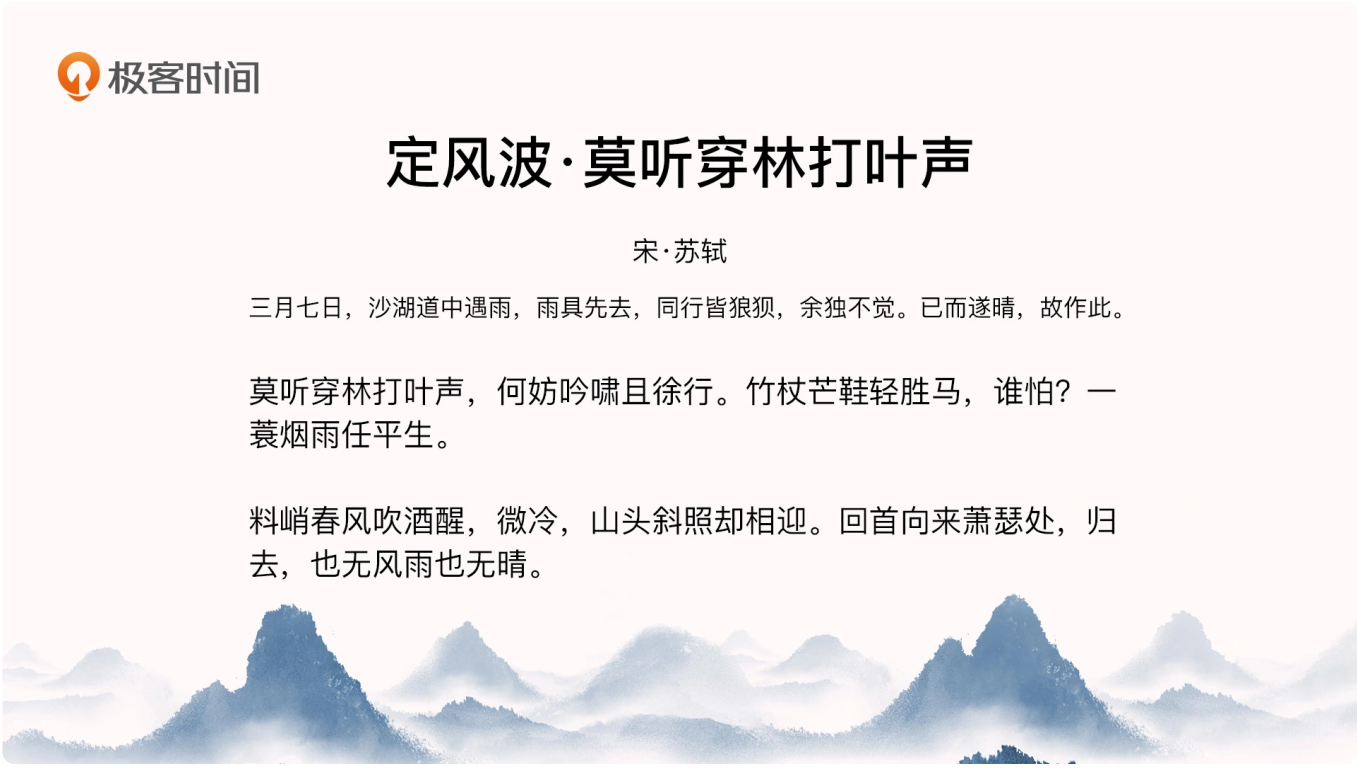
讲述：王天博

时长 18:56 大小 17.34M

好诗相伴，千金不换。你好，我是天博。

从这一讲开始，我们进入了这门课的最后一个主题：“见自己”。在这个主题里，我们会把重点放在“诗词给了我们什么”上，也就是怎样从诗词里汲取对我们有帮助的精神力量。在开篇词里我们就说过，从诗词里获得力量，也是我们这门课的主要目的之一。

我们今天要讲的是，苏轼的一首著名的词——《定风波·莫听穿林打叶声》：



这词前面的两句话是序言，就是苏轼用来解释他为什么写这首词的。

这首词，你肯定是学习过的，甚至我们在开篇词里也讲过。那为什么我今天还要把这首词再讲一遍呢？其实，是因为我觉得，说到诗词给我们的精神力量，这首词是非常具有代表性的。苏轼在这首词里展现出的胸襟和心态，也是苏轼在诗词里“见自己”的真实写照。因此我才决定在这一讲里，结合苏轼后半生的经历，再好好地讲一下这首词。

问汝平生功业，黄州惠州儋州

讲词之前，咱们还是先从苏轼讲起吧。咱们在第六讲《骨肉情深：苏轼临死前最关心什么？》里，已经详细地讲了苏轼在乌台诗案之前的人生经历，我就不复述了。苏轼的前半生算得上跌宕起伏 ，可是你知道吗？他的后半生却更加大起大落。

公元 1079 年，在乌台诗案以后，苏轼被贬到了黄州，出任黄州团练副使一职，就相当于民兵团副教练。这个官非常小，没有实权。从乌台诗案里死中得活的苏轼，到了黄州以后，并没有陷入精神的低谷苦苦挣扎，反而是获得了新生。很多人都说黄州是苏轼的福地，苏轼在黄州写了他一生里最重要的那些作品，比如他的《赤壁赋》和《后赤壁赋》，还有《念奴娇·赤壁怀古》等等。而我们所选的这首《定风波》也是他在黄州写的。

在黄州的时候，因为俸禄实在有限，苏轼就为了养活家人，带领家人在城东开垦了一块坡地来种地。也是因此，苏轼自号为“东坡居士”。

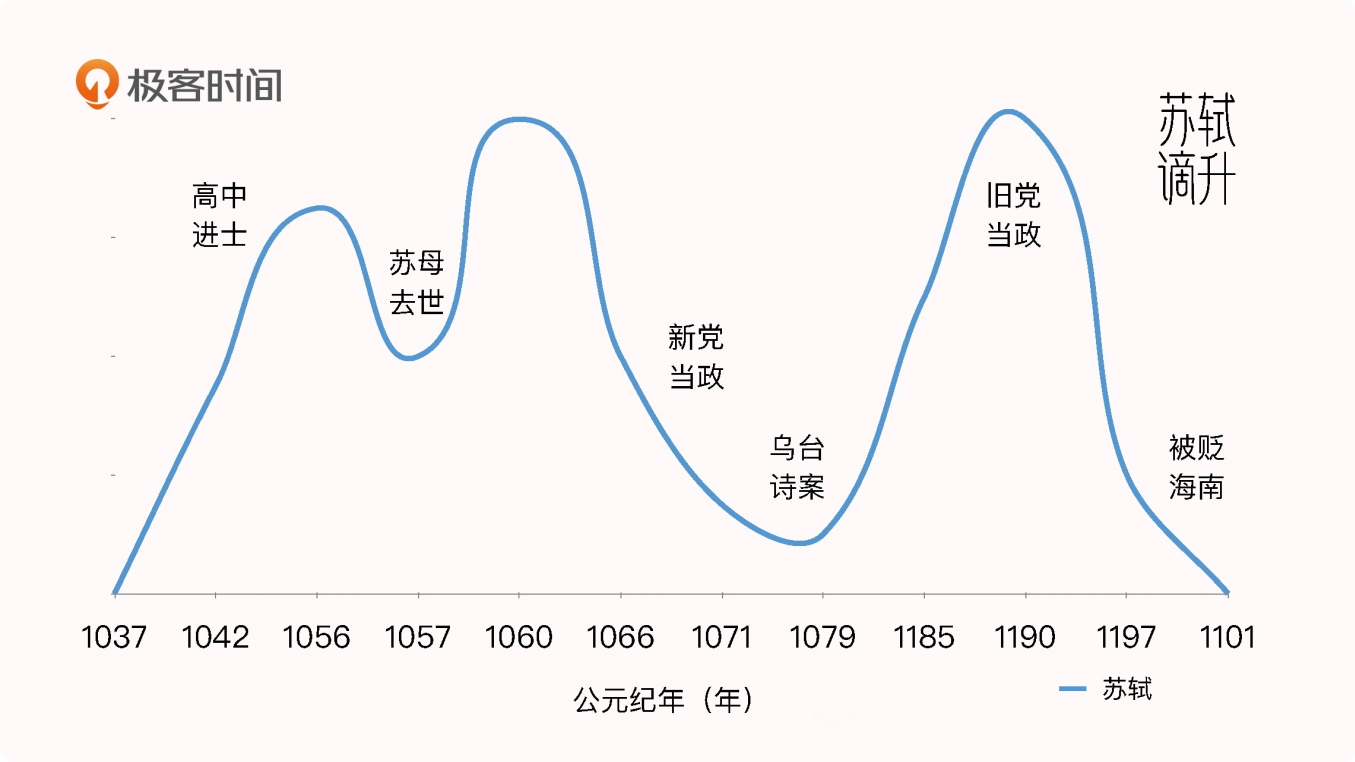
在公元 1037 年，苏轼终于被赦免了，可是他死在了回中原的途中。纵观苏轼的一生，他少年时高中状元进入官场，过得是比较顺利的，但是后来受到党争的影响，后半生几乎都在不停地被贬官。我把苏轼的经历总结成了一张图，你可以打开文稿看看。

后来，公元 1085 年，宋哲宗继位，高太后把持朝政，旧党开始得势。我们之前也说过，苏轼是个旧党，所以苏轼就升官了，回到了朝廷的权力中枢。但是，苏轼发现旧党拼命打压新党，而且为了党争，完全不顾新党改革里好的部分，他反对这种行为。因为这样，苏轼招来了旧党的不满，但是，新党也不接受他的好意。所以苏轼搞得自己里外不是人，只能又自请外调，先后去杭州、扬州等地当了知府。

公元 1093 年，高太后去世了，哲宗开始亲自执政，新党再度得势。因此苏轼迎来了人生里最远的两次贬谪，先是被贬往惠州，三年之后，又被贬往儋州。惠州就是广州，已经非常偏远了，而儋州在海南，是宋朝最蛮荒的地方。在宋朝放逐儋州是比满门抄斩只轻一等的处罚。

被贬到了这样的地方，按理来说，很多人会觉得自己已经完了。但是苏轼呢？他却把儋州当成了他的又一个故乡。苏轼在儋州办学堂，许多人竟然不远千里来这里学习。从宋朝开朝的一百多年里，海南就没有人考中过进士，是苏轼让这里出了第一个进士。苏轼是儋州文化的播种人，海南现在依然还有东坡村、东坡桥等等，甚至还有一种称为“东坡话”的语言。

在公元 1037 年，苏轼终于被赦免了，可是他死在了回中原的途中。纵观苏轼的一生，他少年时高中状元进入官场，过得是比较顺利的，但是受到党争的影响，后半生几乎都在不停地被贬官。我把苏轼的经历总结成了下图：

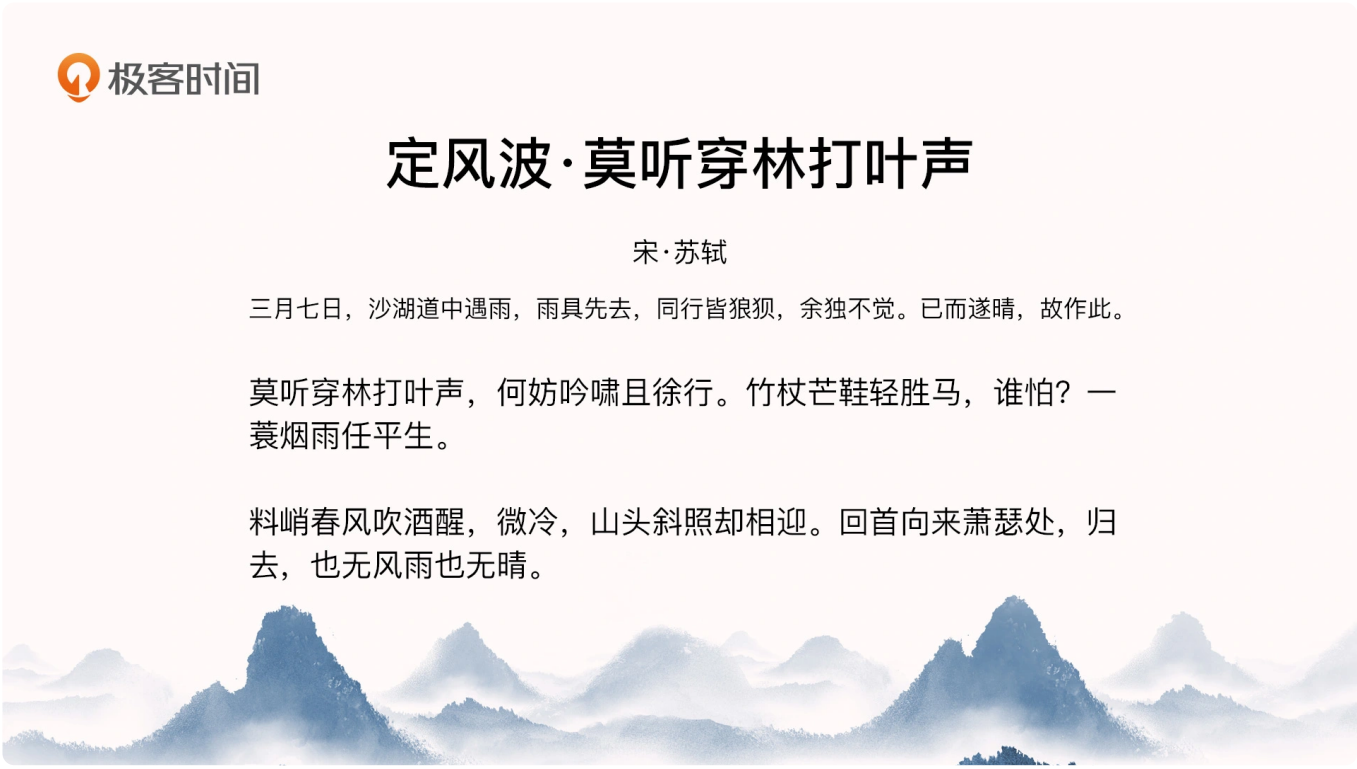


在苏轼去世两个月前，他曾在自己的画像上写了一首诗，来总结他自己的一生：

这首诗的前一句是说自己的心像烧成灰的木头一样，身体则像没有被绳子系起来的小船一样，一生困苦漂泊。这一句有点自怜自哀，乍听起来好像不是苏轼写的，但是后一句“问汝平生功业，黄州惠州儋州”一出来，苏轼还是那个苏轼。他认为自己的一生功业，不是担任中央高官的时候，也不是出任几州知府的时候，而是自己被贬谪得最严重的时候：黄州、惠州、儋州。

从“一蓑烟雨任平生”到“也无风雨也无晴”

了解了苏轼后半生的经历，我们再来看苏轼的这首《定风波》。



先来看前面的序言，“三月七日，沙湖道中遇雨，雨具先去，同行皆狼狈，余独不觉。已而遂晴，故作此”。

序言里苏轼介绍了这首词创作的背景，它的意思是苏轼一行人遇到了大雨，没带雨伞和雨衣之类的，别人都非常狼狈，苏轼没觉得，过了一会儿，天晴了，于是写了这首词。谁没遇到过下雨呢？谁没淋过雨呢？为什么苏轼淋了一次雨，就成就了这千古名篇呢？我们来一句一句地看。

第一句“莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行”，字面意思很简单，就是不要去管那些穿林打叶的雨声，不如放声长啸，慢慢地向前走。

我们读这首词的时候，常常会忽略这一句，但如果你有过在山林间遇雨经历的话，肯定会对这一句有特殊的体悟。我就是这样的。这首词我很小的时候就能背诵，但直到后来有一次，我在野外调研实习的时候，正赶上天降大雨，我穿梭在林间，想到这句词，才恍然大悟这句词的真正含义。

因为山林里的雨，雨势不大的时候，雨点其实是不会打落在自己身上的，但是雨点打在树叶上的沙沙声是非常嘈杂的，要比我们平时听到的雨声大出很多。这样的声音，此起彼伏地响在你的耳旁，不是你想不听就可以不听的，而这种嘈杂的雨声会让人非常心烦意乱，恨不得马上逃走。

但面对这样的嘈杂，苏轼是怎么说的呢？他说不如高声长啸慢慢地向前走去，为什么要高声长啸？就是为了让自己的声音盖过雨落下的声音。那为什么还要慢慢地走呢？是因为他相信自己前进的方向和节奏是正确的，所以他才吟啸且徐行。**如果外界干扰我，那我就高声长啸，让自己的声音盖过干扰，但我的节奏是不会被打乱的。**

细细读了这一句，你有没有想到了自己呢？你曾经面对过哪些嘈杂的声音呢？一个个“为了你好”的“过来人的经验”，世俗中的各种潜规则，甚至是一些人无情的嘲讽，一起同行的伙伴都已经“狼狈”的时候，你还能“吟啸且徐行”吗？

我们再继续看下一句，“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕，一蓑烟雨任平生”。我手拄竹杖，脚穿芒鞋，走得比骑马还轻快，哪里会感到害怕呢？一身蓑衣任凭风吹雨打，我照样能从容地度过这一生！

这里的“竹杖芒鞋”和“马”的对比，其实是两种生活的对比，竹杖芒鞋是贫穷困苦的平民生活，而马则是衣马轻肥的官员生活。这两种生活，苏轼都体验过，他当过大官，现在被贬到黄州，变成了平民。

杜甫曾经写过，“同学少年多不贱，五陵衣马自轻肥”。意思是年少时一起求学的同学大都已飞黄腾达了，他们穿轻裘，乘肥马，过着富贵的生活。杜甫这一句满是落魄的辛酸，但苏轼却不是这样的。苏轼这里，“竹杖芒鞋”比起马来更为“轻快”。这里的“轻”，同时也是“无官一身轻”的轻松。多年后唐伯虎也写道“若将贫贱比车马，他得驱驰我得闲”，意思是如果将清贫的生活与车马劳顿的生活相比，他们得到的是奔波之苦，我得到的是闲适之乐。说的也是同样的心态。

不过你仔细想想，苏轼是从高位被打落尘埃，和从未出任过高官的杜甫、唐伯虎并不一样。这种极端的落差，对一个人的打击是毁灭性的。无数人曾因为一次重大的失败而从此一蹶不振，只有苏轼，面对这样的打击，还高喊着“谁怕，一蓑烟雨任平生”。

还记得开篇词里我提到的《觉醒年代》吗？由于和伟老师扮演的陈独秀，在狱中高声吟唱这一段。和苏轼一样，他并不是不知道前途里有风雨险阻，但却高唱“让暴风雨来得更猛烈些吧”。这既是快意潇洒的乐观，更是不惧风雨的勇气。

“一蓑烟雨任平生”是很多人的座右铭，也是苏轼这首词中的第一层境界：**面对困难，不惧艰险，迎难而上**。当你遇到困苦、失落甚至失败的时候，你可以将自己的目光放回千百年前的黄州，看看冒雨而行的苏轼，他在这么落魄的时候依然放声高歌，我们又有什么困难是过不去的呢？

这首词的第三句是，“料峭春风吹酒醒，微冷，山头斜照却相迎”。春寒料峭，风吹醒了我的酒意，微微觉得有些冷，我抬头一看，看到了山头初晴的斜阳。

这句是整首词的转折，说的是风吹酒醒，天已放晴，这里你可以注意一下这个“照”字，“山头斜照”而不是“山头斜阳”，说明阳光洒落是动态的，或者说不是苏轼主动去看太阳，而是太阳自然而然地照到了他的身上。

老子说“飘风不终朝，暴雨不终日。”意思是狂风暴雨来得快去得也快，是不持久的，苏轼也是由这种自然现象而得出了相同的结论，这也是本词中的第二层境界：**困难总会过去，风雨之后，必有天晴**。

这里我不是要你“自我安慰”或是给你“某种心理暗示”。从老子到苏轼，我觉得这里更多的是一种对于万物规律的总结。来得迅猛的终究无法持久，无论是机遇还是挑战，变化很可能在下一刻就会到来。所以，无论我们遇到了多难的事情，多糟糕的境遇，其实只要坚持一下，总会迎来自己的“山头斜照”。

这首词的最后一句“回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴”，说的是走过了这一段路，回头望去刚刚风雨萧瑟的地方。继续前进吧，不用管过去的是风雨还是晴天。

当苏轼走过了风雨，迎来了晴天，他没有异常喜悦，也没有夸赞自己从容心态，反而是用了一个“归”字。很多学者说这是指苏轼想要归隐于山林，还举出了苏轼在几个月后所写的“江海寄余生”来印证这个观点。在我看来，无论是这里的“归去”，还是“江海寄余生”，苏轼说的并不是想要归隐山林，而是他回归平静的心态。

正是因为有这样的心态，在此之后，苏轼面对人生的几起几落，他不再抗拒，也不再怨怼。其实真正的归隐，何必一定要去山林里，去江海上呢？只要有“也无风雨也无晴”的平和心态，无论是在熙熙攘攘的都市，还是穷山恶水的乡野，都可以在自己的心中开辟出一片桃花源呢？

这便是本词的第三层境界：**经历过人生的变化，更应该回归心态的平和**。第一次读这首词的时候，很多人都会被“一蓑烟雨任平生”的潇洒快意所吸引，但是呢，“也无风雨也无晴”才是苏轼的追求。

苏轼的“也无风雨也无晴”，绝不是麻木不仁的偏安苟活，更不是放弃自我的同流合污，而是平静坦然的坚持自我。

苏轼因“旧党”得势而回到朝廷，却并没有因为自己是“旧党”就一味打压“新党”。为了真正的国计民生，苏轼甚至不惜去得罪自己的政治盟友。从功利的角度来说，这无疑是让人不解的，但苏轼却并不在乎这个“功利”，他既有“一蓑烟雨任平生”的豪情勇气，更有着“也无风雨也无晴”的豁达开阔，这样的“东坡居士”横绝古今。

天博说

这一讲我们从苏轼“乌台诗案”之后的下半生经历开始讲起，着重讲了《定风波·莫听穿林打叶声》这首词。

我们从这首词里读出了三重境界，第一重境界是面对风雨的时候，要保持着迎难而上的斗志，第二重境界阐明的是困难终会过去，晴天终将到来的客观规律，而第三重境界，则是强调人生经历过风雨，更应该保持一份平和坦然的心态。

我们的人生不见得会像苏轼一样大起大落，我们也不能要求每个人都能像苏轼这样，既做到“一蓑烟雨任平生”的豪爽潇洒，还能有着“也无风雨也无晴”的“平和开阔”。但是如果你遭遇了困苦、迷茫，你可以想想这个千百年前的古人，他的乐观、他的坚定，是不是也可以成为你的一份力量呢？

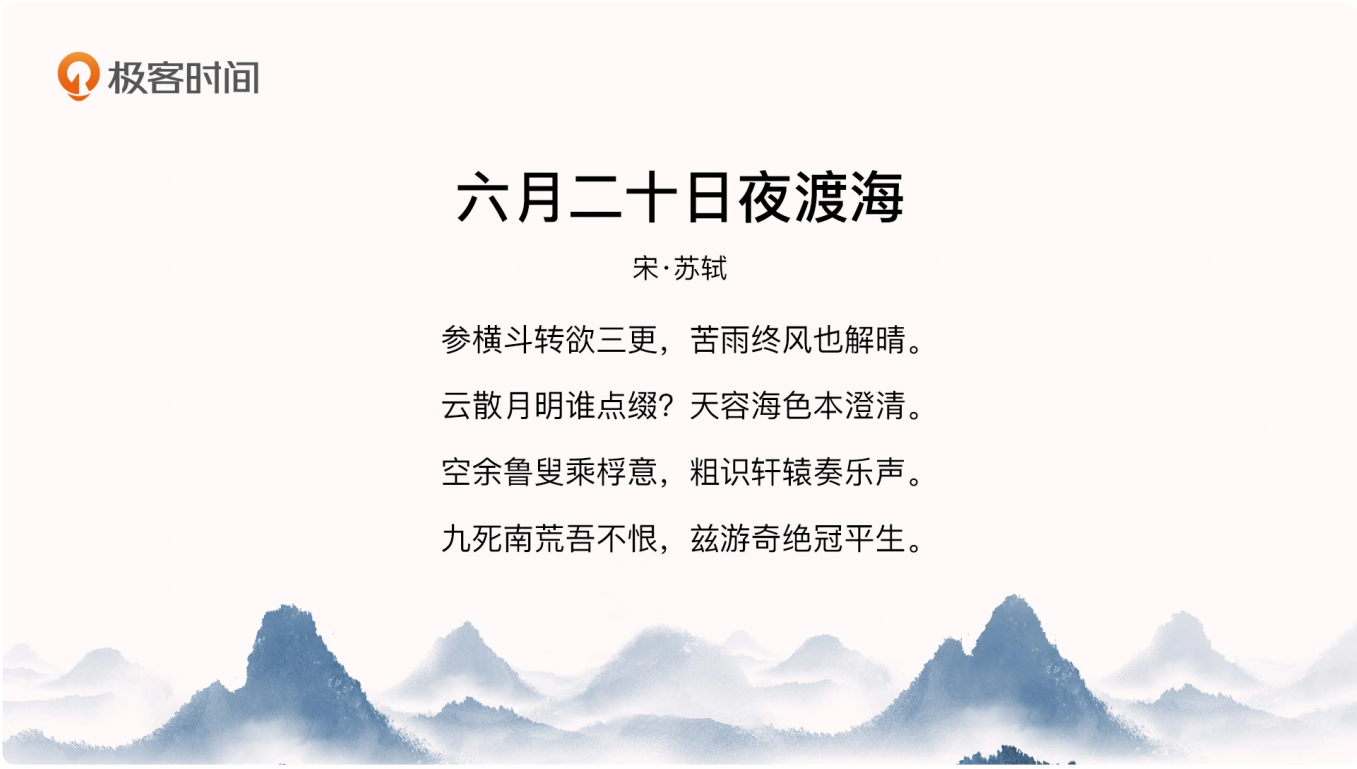
有一句我非常喜欢的话，叫“但行好事，莫问前程”。我觉得苏轼就是这样的人。做自己认为有价值的事，做造福于他人的人，不计较自己前途究竟会如何。

这绝不是一碗毫无营养的鸡汤，也不是玄之又玄的因果论。其实人生处世，太在乎眼前得失，从长远看来往往得不偿失。很多情况下，**我们所行下的“好事”，不会直接给我们回报，但却塑造了我们的形象，丰富了我们的经历**。而这些潜移默化地会影响我们的一生。

“风物长宜放眼量”，如果我们把自身的格局放得更大一些，不仅仅是会得到实际上“山头斜照却相迎”的收获与回报，同时也会收获一份心灵的坦然与平静。

煮酒论诗

到这里正课就讲完了，今天的煮酒论诗，我想向你推荐一首苏轼从海南被赦免后，回中原的路上所写的诗：



从这首诗中，你读出了什么呢？结合我们今天所讲的内容，能谈谈你的想法吗？欢迎你写在评论区，和大家一起分享。

如果苏轼的“一蓑烟雨任平生”也给了你力量，欢迎你把这一讲分享给你的朋友。我是天博，我们下一讲再见！

分享给需要的人，Ta订阅后你可得 20 元现金奖励

赞 2 提建议

© 版权归极客邦科技所有，未经许可不得传播售卖。 页面已增加防盗追踪，如有侵权极客邦将依法追究其法律责任。

上一篇 17 | 诗中哲学：读了这些理趣诗之后，我悟了！

更多学习推荐

精选留言 (2)

写留言

进化菌
2021-07-30

好喜欢苏轼的这首《定风波·莫听穿林打叶声》，一种积极向上的生存态度，对“人生不如意之事十之八九”的我们是一种很好的启发。
同样的，苏轼在《六月二十日夜渡海》也在展现自己的豪放性格和乐观情绪，跃然纸上，而对政敌迫害的调侃之意，也见于言外。
不以物喜，不以己悲，坦然面对，便能重生~

展开

1

小火车不喜欢阴天
2021-07-30

飘风不终朝，骤雨不终日！感觉老师的这个观点是我见过的对这首《定风波》解读最好的，不是毒鸡汤，而是一种自然规律，这种规律才能给我们真正的信心！

展开

1